

COMPETITIVIDADE NO ENVELHECIMENTO: PERCEPÇÕES DE IDOSOS PRATICANTES DE CÂMBIO/VÔLEI ADAPTADO DA CIDADE DE IVOTI-RS*

Jéssica Prass

prass_jessica@hotmail.com

Aline da Silva Pinto

alinepinto@feevale.br

Universidade Feevale

RESUMO

O estudo teve como objetivo conhecer as percepções de idosos praticantes de "Câmbio" sobre os aspectos competitivos desse esporte e a fase da vida em que se encontram, a partir de observações, diário de campo e entrevista com 15 idosos praticantes da modalidade. Conclui-se que o esporte competitivo pode ser um estimulador da prática de exercícios pelos idosos e seu envolvimento com os grupos em que se encontram fomentam sua vitalidade, transformando seu estilo de vida e qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE

Idosos; Atividade Física; Esportes Competitivos.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo complexo que envolve variáveis genética e ambientais que interagem, influenciando a maneira pela qual envelhecemos. Corazza (2001) e Neri (2006) apontam que o envelhecimento se difere de pessoa para pessoa, tendo origens genético-biológicas, sócio-históricas e ou psicológicas.

A população brasileira está envelhecendo, o que pode ser percebido no nosso dia a dia, os idosos estão por toda a parte e além de estarem em grande número, estão cada vez mais presentes nos espaços públicos. O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística IBGE (2016) afirma que a quantidade de idosos no Brasil passará para 29,3% da população, alcançando 66,5 milhões de pessoas em no máximo duas décadas.

Nesse sentido, as preocupações com a saúde tem sido aumentadas, Gallahue (2005) aponta que ocorre uma diminuição da capacidade motora no idoso, resultado da degeneração fisiológica, na qual alguns fatores são determinantes: a condição ambiental, as doenças e o estilo de vida. Por outro lado, é possível observarmos que muitos indivíduos se veem fisicamente envelhecidos e não se sentem velhos, realizando suas tarefas diárias de forma ativa, praticando esportes e convivendo com seus pares.

Dentre as atividades nas quais temos visto mais idosos presentes podemos citar os esportes de competição, os quais permitem que alguns limites sejam vencidos, trazendo novos desafios para suas

* O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.



vidas. Nessa perspectiva, Neto *et al.* (2001) nos apresenta que, o exercício não precisa ter esta índole para proporcionar benefícios. Se desenvolvido moderadamente, pode servir de estímulo para desempenhar numa intensidade mais alta, podendo assegurar e auxiliar uma regularidade na prática.

Apesar de discussões interessantes sobre o esporte existirem na literatura, de maneira geral, a prática de esportes pelos idosos pode ser pesquisada de forma mais consistente. Conhecer a forma como essas pessoas significam os esportes com seus grupos pode ser uma abordagem importante para pensarmos sobre os idosos contemporâneos. Nesse sentido, o estudo teve como objetivo conhecer as percepções de idosos praticantes de “Câmbio” sobre os aspectos competitivos desse esporte em relação a fase da vida em que se encontram, buscando enfatizar as significações construídas por meio da prática do esporte.

METODOLOGIA

A pesquisa se caracteriza como qualitativa descritiva, tendo como instrumento de coleta de dados observações, diários de campo (citados com a sigla DC, seguida de número e data) e entrevistas semiestruturadas. Os sujeitos do estudo foram 15 integrantes de um grupo esportivo de uma instituição pública de câmbio para idosos, da cidade de Ivoti-RS (os sujeitos serão citados por pseudônimos seguidos da data da entrevista).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir das observações realizadas durante o período de competição, a ansiedade e o nervosismo estavam presentes nos participantes, antes dos jogos. Ao esperar o ônibus para o deslocamento a uma competição, um dos entrevistados relata: “Essa noite eu quase não dormi, por causa do jogo de hoje” (João, 27/03/2018). Antes da competição o atleta se encontra sob tensão pré-competitiva gerando uma ansiedade que pode influenciar no desempenho de todos os tipos de atletas, constituindo-se como um sentimento de insegurança e, dependendo da sua intensidade, pode limitar, prejudicar ou até mesmo impedir que a atividade que se pretenda praticar se desenvolva plenamente (ATKINSON *et al.*, 1995).

No decorrer da viagem para a competição, alguns idosos estavam com um pouco de medo e apreendidos, devido à falta de alguns integrantes do grupo que não puderam ir por motivos pessoais. Mostraram-se desanimados e um pouco abatidos por tal motivo, mas a professora conversou com eles e logo após já estavam mais entusiasmados. O papel da professora é de suma importância nos processos pré e pós jogo, trazendo motivação e o acolhimento necessário para os momentos de grande tensão.

Nesse sentido, Paim (2001) afirma que o fator motivacional é fundamental para o desenrolar dos períodos competitivos, em jogos e/ou treinamentos. A motivação também é vista de forma individual e este fator está relacionado diretamente ao seu desempenho, influenciando o comportamento do ser humano.

O primeiro jogo do grupo foi contra um dos times mais temidos da competição. A professora deu as orientações necessárias para os idosos, pedindo para se concentrarem, fecharem os espaços vazios da quadra e manterem a calma. O jogo terminou com o placar de 4x3 para eles, sendo que viraram o jogo nos últimos minutos. Neste jogo os participantes se mostraram muito concentrados, um pouco nervosos e tensos também, mas seu desempenho foi muito bom. No final da partida a professora os reuniu novamente, dando-lhes os parabéns, pedindo para cuidar alguns detalhes que ainda faltavam (DC 2, 18/04/2018).

O entusiasmo em momentos de participação nesses eventos é nítido, pois parece ser uma oportunidade de viver intensamente seus corpos, suas vidas. Conversando com uma das jogadoras sobre como estava se sentindo, ela relata: “Tudo bem sim! Melhor agora estando aqui, eu não preciso nem jogar, eu já me sinto bem e feliz por estar aqui” (Vera, 20/03/2018).

Durante esta competição (DC2, 18/04/2018) foi possível observar alguns fatores que chamaram a atenção, tais como a superação e força de vontade de uma senhora de 69 anos que utilizava um andador para se deslocar. Em entrevista, a senhora relata:



Eu sempre participo com o grupo. Durante a semana nos treinos eu apito o jogo, e nas competições eu acompanho o grupo, cuidando das coisas deles. Eu sou uma atleta, faço tudo com o andador, caminho, danço [...] A velhice está na cabeça! [...] Não importa o tamanho da dificuldade, nunca desisto. Hoje o meu desafio aqui foi descer as escadas e passar com o andador pela porta do ginásio. (Antônia, 18/04/18).

Além dessa senhora existiam mais alguns idosos com algumas dificuldades e limitações que comprometia seu deslocamento, que não deixavam de participar, apresentando um ótimo desempenho em quadra. Podemos observar que esses idosos além de serem um exemplo de superação nos esportes, também se superam a cada dia, no seu cotidiano.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos considerar que a prática do Câmbio na vida desses idosos traz à tona a necessidade de superação e desafio dos limites de todos os seres humanos, em diferentes gerações. O grupo pesquisado compete, de acordo com suas possibilidades biopsicossociais, na busca do prazer que o esporte pode proporcionar, da sensação de estar vivo e em ação. A ideia de estar recluso ao espaço da casa, optam pelo movimento e não abrem mão desse lugar de convivência e experiência esportiva, jogam e lutam pela vitória na quadra e na vida.

COMPETITIVENESS IN AGING: PERCEPTIONS OF ELDERLY PRACTICERS OF EXCHANGE / VOLLEY BALL ADAPTED FROM THE CITY OF IVOTI-RS

ABSTRACT

Objective of this study was to understand the perceptions of elderly people practicing "Cambio" on the competitive aspects of this sport and the life stage in which they are, based on observations, field diary and interview with 15 seniors practicing the sport. It can be concluded that competitive sport can be a stimulator of the practice of exercises by the elderly and their involvement with the groups in which they are foment their vitality, transforming their lifestyle and quality of life.

KEYWORDS: *Elderly; Physical activity; Competitive Sports.*

COMPETITIVIDAD EN EL ENVEJECIMIENTO: PERCEPCIONES DE ANCIANOS PRÁCTICOS DE CAMBIO / VOLEIBOL ADAPTADO DE LA CIUDAD DE IVOTI-RS

RESUMEN

El estudio tuvo como meta conocer las percepciones de ancianos practicantes de "Cambio" sobre los aspectos competitivos de ese deporte y la fase de la vida en que se encuentran, a partir de observaciones, diario de campo y entrevista con 15 ancianos. Se concluye que el deporte competitivo puede ser un estimulador de la práctica de ejercicios por los ancianos y su implicación con los grupos en que se encuentran fomentan su vitalidad, transformando su estilo de vida y calidad de vida.

PALABRAS CLAVE: *Ancianos; Actividad física; Deportes Competitivos.*



REFERÊNCIAS

- ATKINSON, R. L. *et al.* *Introdução a Psicologia*. 11. ed. Porto Alegre: Artes médicas, 1995.
- CORAZZA, M. A. *Terceira Idade & Atividade Física*. 1. ed. São Paulo: Phorte, 2001.
- GALLAHUE, D. L. Conceitos para Maximizar o Desenvolvimento da Habilidade de Movimento Especializado. *Rev. da Educação Física*, v. 6, n. 2, p.197-202, 2005.
- IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística). *Estimativas populacionais para os municípios e para as Unidades da Federação brasileiros em 01.07.2016*. 2016. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/estimativa2016/estimativa_dou.shtm>. Acesso em: 25 mar. 2018.
- NERI, A. L. O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do Desenvolvimento e do Envelhecimento. *Temas em Psicologia*, Florianópolis, v. 14, n. 1, p. 17-34, 2006.
- NETO, T. *et al.* Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. *Revista Brasileira Medica e Esporte*, v. 7, n. 1, Jan/Fev, 2001.
- PAIM, M. C. C. Fatores Motivacionais e desempenho no futebol. *Revista de Educação Física*, v. 12, n. 2, p. 73-79, 2001.
- PAIM, M. C. C; PEREIRA E.F. Fatores motivacionais dos adolescentes para a prática de capoeira na escola. *Motriz*, v. 10, n. 3, p. 159-166, 2004.

